

在利茲照顧他人

為照顧者 所提供服務的快速指南

你是否幫忙照顧在家中的親友或鄰居？

我們可以通過不同的方法協助你

利茲市議會

www.leeds.gov.uk/caringinleeds

根據 2001 年的人口普查結果，利茲有超過 70,000 名照顧者在家中協助照顧一名成人或兒童的親友或鄰居。照顧者往往犧牲自己的精神或身體健康，以改善他們所照顧的人士的生活質量，在這方面他們貢獻很大。

本單張扼要介紹照顧者可以取得甚麼可以幫助他們的服務。更多資料可以在《*照顧者的選擇*》目錄冊子及我們的網站 www.leeds.gov.uk/caringinleeds 中找到。

你是否正在照顧他人？

如果你花大量精力和定期需要照顧或支持長期患病或患有殘疾的年老或衰弱人士、或可能需要你協助的濫用藥物人士。

各類組織可以為你提供很多不同種類的協助。然而，你可以從哪些組織取得協助往往視乎你正在照顧的人士的健康情況和年齡。

照顧者評估

社會護理服務處 (Social Care Services) 可以評估你身為照顧者的需要，以便他們為你取得你所需要的服務。你正在照顧的人士是否已在使用社會護理服務處的服務無關重要。如欲要求接受評估，請致電：

電話中心： 0113 222 4401 照顧成人的人士
0113 222 4403 照顧兒童的人士

他們將會把你的資料轉交正確的辦事處。照顧需要使用精神健康服務的人士的照顧者也可以向負責參與治療其所照顧的人士的精神健康服務專業人士提出接受評估的要求。

為照顧者所提供服務的快速指南

向照顧者提供的資訊、支持、代言人及建議

- **利茲老年痴呆症協會 (Alzheimer's Society Leeds)** ☎ 0113 231 1727 – 為照顧患有老年痴呆症人士的照顧者提供資訊、建議和支持(不論年紀)。
- **利茲照顧者協會 (Carers Leeds)** ☎ 0113 246 8338 – 照顧者交換建議、資料、提供經濟協助、組織社交活動、組織課程和互相支持的組織。電郵地址 info@carersleeds.org.uk
- **英國照顧者協會•利茲分會** ☎ 0113 275 4718
•**全國求助熱線**☎ 0808 808 7777
- **年長照顧者支援服務 (Older Carers Support Service)** ☎ 0113 272 0377 – 為照顧患有學習障礙的成人、年齡超過 65 歲的長者提供支援。
- **為照顧患有精神毛病人士的照顧者提供的支援服務 (Mental Health Carer's Support Service)**
☎ 0113 295 4444
為照顧患上痴呆病以外的精神毛病的人士的照顧者提供支援服務。

經濟及其他方面的建議

- **利茲照顧者協會**☎ 0113 246 8338
- **公民諮詢局**☎08701 202450 及其當地分局。

- 利茲市政府福利權益小組 (Leeds City Council Welfare Rights Unit)
☎0113 214 9006

為緊急情況作好計劃

照顧者緊急應變計劃 (Emergency Plan scheme) – 照顧者病倒時提供援助
– Claimar ☎ 0845 026 8923。你必須預先登記才能使用此項計劃。

放假及其他由他人暫代照顧的休假

- 接受過評估後由成人社會護理處 (Adult Social Care) 提供
- 家中代為照顧服務 (Family Placement) – 請聯絡社會服務處 (Social Services)
- 以家庭為本的代為照顧計劃 (Home Based sitters schemes)
 - 利茲南部地區 ☎0113 274 1900
 - 利茲東部地區 ☎0113 223 7321
 - 利茲東北部地區 ☎0113 268 4211
 - 利茲西北部地區 ☎0113 240 4164
 - 利茲西部地區 ☎0113 240 4164

為接受照顧的人士提供的日間活動

- 為患有殘疾的長者提供的日間護理服務 – 社會護理處 (Social Care)
- 精神健康日間服務 – 利茲市議會或合作伙伴信託基金 (Partnership Foundation Trust)
- 為取用社區設施和參與活動而提供的日間支援

在家中提供的協助

- 在家中提供的社區支援
- 遙距護理設備保障家居安全
- 家中護理服務、物理治療、足部治療等
 - 聯絡你的家庭醫生

年輕照顧者

- **楊柳計劃 (Willows Project)** ☎ 0113 240 8368 可以協助需要照料他人的年輕人 (及其家人) 解決問題和協助他們尋求樂趣。

在危機或緊急情況下提供協助

- **國民保健服務直線 (NHS Direct)** ☎ 0845 4647 – 給予醫療建議
- **照顧者緊急應變計劃**
(必須預先登記) ☎ 0845 026 8923
- **緊急求救服務** ☎ 999
- **你的家庭醫生**
- **撒瑪利亞防止自殺會**☎0113 245 6789/0345 909090
– 耐心聆聽你的心聲
- **利茲照顧者協會**☎ 0113 246 8338 – 建議及支持
- **緊急值班社會護理服務處**
☎0113 240 9536 (辦公時間以外電話號碼)

本系列另外還有兩份單張：

《安排小休》

《為照顧者進行評估》

這些單張備有特大字體、凸字、語音和以下語文版本：

孟加拉文、中文 (繁體字)、旁遮普文及烏爾都文。

另外還有一本關於為利茲的照顧者提供的服務的目錄冊子：

《照顧者的選擇》

如欲索取上述刊物，請致電

☎0113 247 8629

精神健康危機服務

- 危機中心 (Crisis Centre) ☎0113 275 5898
- 接通照顧者求助熱線 (Connect Carers Helpline) ☎0808 800 1212
傍晚 6 時至晚上 10 半
- 精神熱線 (Saneline)☎ 08457 678000 *正午 12 時至零晨 2 時*
- 你的健康工作者

2009 年 10 月由利茲市議會出版